

ilaria filipazzi

Osteopata D.O. • operatore LDM metodo Vodder • m/fisioterapista
Tel. +39 339 5495470 • ilaria.filipazzi@gmail.com

CORSO DrenaggioLinfaticoManuale

Il sistema linfatico svolge importanti funzioni in relazione fra loro:

- garantisce la circolazione della linfa ed il suo accesso ai tessuti
- rimozione dei fluidi in eccesso dai tessuti
- raccoglie materiali di scarto e molecole di grandi dimensioni, tossine (inclusi farmaci di uso costante e anestesie)
- produzione e circolazione di cellule immunitarie (es. linfociti)
- produzione e circolazione di anticorpi

è quindi un fondamentale componente del sistema immunitario.

L'equilibrio del sistema venoso e linfatico può modificarsi, con un conseguente rallentamento del flusso sanguigno e una ritenzione di liquidi da parte dei tessuti generando l' **edema linfatico**.

L'edema, dal greco "gonfiore", è caratterizzato da un aumento dei liquidi interstiziali nei tessuti all'esterno delle cellule e dei vasi sanguigni. E' un fenomeno molto frequente nel corpo e può comparire in risposta ad una parziale ostruzione di varia natura dei vasi linfatici o ad una infiammazione.

Il DLM (Drenaggio Linfatico Manuale) è un trattamento riabilitativo antiedema efficace per la "pulizia" dei tessuti da scorie metaboliche e fluidi in eccesso, rilancia il sistema linfatico, favorisce il rilassamento muscolare ed in generale del sistema nervoso

Creato nel 1932 da Emil e Astrid Vodder, il DLM è un metodo rigoroso e scientificamente collaudato che, data la sua efficacia sul piano terapeutico, viene indicato in diverse situazioni disfunzionali che coinvolgono il sistema linfatico.

Va eseguito secondo una precisa manualità, rispettando la direzione del flusso della linfa dalla periferia dell'organismo alla zona toracica, ed è **indispensabile che l'operatore sia esperto e specificatamente preparato**.

Il DLM, eseguito su tessuti sani, è consigliato nei seguenti casi salvo controindicazioni da valutarsi singolarmente ed **in accordo con il medico curante**:

- dolore e/o fastidio agli arti inferiori (gambe senza riposo, pesantezza, crampi...)
- pannicolopatia edemato – fibro – sclerotica (cellulite)
- tensione muscolare cervicale / lombare, (mal di schiena, cervico-brachialgia..)
- mal di testa (emicrania, cefalea, nevralgie...)
- stipsi, sindrome del colon irritabile e sindrome da tensione premestruale.

Inoltre, **previa autorizzazione del medico curante o dello specialista**:

- preparazione dei tessuti ad un intervento chirurgico (eliminazione dei liquidi in eccesso e riattivazione del microcircolo capillare)
- insufficienza venosa, pre-post operatorio vascolare
- sinusite, rinite, forme allergiche cronicizzate

Il programma del corso teorico-pratico prevede:

Giorno 1

Introduzione al corso: l'importanza di un'arte manuale come il DLM nel XXI sec.

- Elementi generali di Anatomia del corpo umano in riferimento al sistema linfatico.
- Anatomia macro-microscopica della circolazione linfatica e suoi componenti.
- Controindicazioni generali e specifiche del DLM.
- Indicazioni generali del DLM e mirate alle abilità acquisite nel seminario.
- Benefici del massaggio linfodrenante.
- Trattamnto iniziale di apertura (testa/collo).
- Trattamento arti inferiori.

Giorno 2

Test di ripasso sugli argomenti trattati.

- Pratica valutativa su apertura e arti inferiori.
- Trattamento addome.
- Trattamento rachide lombare e glutei.

Giorno 3

Test teorico-pratico di ripasso sugli argomenti trattati e sulla pratica già eseguita.

- Trattamento arti superiori.
- Trattamento del tronco (area posteriore e anteriore).

Giorno 4

Test teorico-pratico di ripasso sugli argomenti trattati e sulla pratica già eseguita.

- Esecuzione pratica di tutti i passaggi, consolidamento delle sequenze.
- Trattamento specifico della testa.
- Trattamento del viso.
- Approfondimento finale e condivisione con e tra gli allievi.

Firenze, 23 / 3 / 2017